



УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ

УКРЫТИЯ НА СЛУЧАЙ РАДИАЦИОННОГО ЗАРАЖЕНИЯ

Информация для широкой общественности

В связи с недавними террористическими актами, многие люди задаются вопросом о возможности террористического нападения с использованием радиоактивных материалов. Людям, проживающим около, но не в непосредственной близости с территорией, подвергшейся нападению, может быть предложено остаться дома в укрытии вместо эвакуации. Этот способ защиты называется «укрытием на местности». Поскольку многие радиоактивные материалы быстро разлагаются и рассредотачиваются, оставаясь у себя дома, Вы можете защитить себя от поражения радиацией. Толстые стены Вашего дома могут блокировать существенную часть вредной радиации. Предприняв несколько простых мер предосторожности, Вы сможете снизить Ваш контакт с радиацией. Управление Общественного Здравooхранения штата Мичиган подготовило этот информационный материал для того, чтобы помочь Вам защитить себя и свою семью и подготовить безопасное и хорошо оборудованное укрытие.

Подготовка укрытия в Вашем доме.

Самым безопасным местом в Вашем доме в случае чрезвычайной ситуации, вызванной использованием радиоактивных материалов, является центрально расположенная комната или подвал. В этой части дома должно быть как можно меньше окон. Чем дальше Вы от окон находитесь, тем безопаснее.

Главное – это подготовка. Соберите в этой части дома предметы, необходимые в случае чрезвычайной ситуации. Подобная ситуация может произойти в любое время, поэтому лучше хранить все необходимое в будущем убежище.

Каждые шесть месяцев проверяйте запасы, хранящиеся там. Заменяйте лекарства с истекшим сроком годности, продукты или батарейки. Также, меняйте каждые шесть месяцев воду, хранящуюся в Вашем убежище, с тем, чтобы она была всегда свежей.

Убедитесь, что все члены семьи знают, где находится убежище и для чего оно предназначено. Предупредите их, чтобы они не трогали никакие предметы из этой части дома. Если кто-либо взял что-либо из зоны убежища, может оказаться, что именно эта вещь будет отсутствовать в момент, когда она более всего нужна.

Если у Вас есть домашние животные, подготовьте для них туалет в укрытии. Домашние животные не должны выходить на улицу во время чрезвычайной радиационной ситуации, т.к. они могут принести назад в укрытие радиационные материалы. Подготовка специального места для домашних животных обеспечит чистоту укрытия от радиационных материалов.

Подготовка запасов на случай чрезвычайной ситуации.

Запаситесь всем необходимым, как Вы бы это сделали в случае экстремальных погодных условий или других чрезвычайных ситуациях. Ниже приводится список вещей и предметов, необходимых в таких случаях.

- * **Продукты, которые могут долго храниться** – например, консервы, сухие и упакованные продукты. Имейте в запасе количество, достаточное на каждого члена семьи как минимум на три дня.
- * **Вода** – для подготовки к чрезвычайным ситуациям покупайте и храните воду в бутылках или просто из-под крана. Каждому члену семьи потребуется примерно 4 литра воды в день, планируйте хранить количество, достаточное хотя бы на 3 дня.
- * **Смена одежды и обуви** – каждые 6 месяцев проверяйте одежду, хранящуюся в укрытии, убирая ту, которая больше не подходит или не соответствует сезону. Не забудьте о белье, носках, удобной обуви или рабочих ботинках, а также, если необходимо, о зимней или летней одежде.
- * **Разовая посуда, бумажные полотенца и пластиковые приборы** – храните разовую посуду и приборы, т.к. у Вас не будет достаточно воды, чтобы мыть посуду, а также общественные источники воды могут быть заражены.
- * **Пластиковые пакеты** – т.к. у Вас может не быть возможности покинуть укрытие в течение нескольких дней, необходимо запастись пластиковыми пакетами, чтобы складывать в них продукты отходов организма, до того как их можно будет удалить из помещения.
- * **Постельное белье** – запаситесь простынями, одеялами, полотенцами и раскладными кроватями, чтобы их можно было использовать все то время, когда Вы не сможете покинуть укрытие.
- * **Радио на батарейках и батарейки** – электричества может не быть несколько дней. Радио, работающее от батареек, даст Вам возможность слушать сообщения чрезвычайных органов.
- * **Медикаменты** – имейте 2-3х дневный запас медикаментов, которые Вы постоянно принимаете, в недоступной детям емкости, которую храните среди лекарств в Вашем укрытии. (Обсудите с Вашим врачом лучший способ приобрести небольшое количество дополнительных лекарств). Обязательно проверяйте медикаменты каждые 6 месяцев, чтобы убедиться, что они не просрочены.
- * **Туалетные принадлежности** – храните запас мыла, бактериальной жидкости для рук, туалетную бумагу, дезодорант, средство от насекомых и т.д.
- * **Фонари и батарейки** – электрической энергии может не быть в течение нескольких дней. Фонари помогут Вам не сидеть в темноте.
- * **Телефон** – хотя мобильная или наземная телефонная связь может быть прервана, существует возможность, что Вы сможете пользоваться телефоном,

Sheltering in Place During a Radiation Emergency Fact Sheet in Russian

чтобы позвонить за информацией или советом в органы по контролю над чрезвычайной ситуацией.

* **Запасные очки или контактные линзы и средства по уходу за ними.**

* **Упаковочная клейкая лента и плотный пластик** – Вы сможете использовать эти предметы, чтобы закрыть двери и вентиляционные решетки в укрытии на короткий период времени, пока пока не пройдет радиационный фронт. Можно задохнуться, если держать укрытие заклеенным с течение более нескольких часов.

* **Еда для домашних животных, детское питание, памперсы и пр.** – не забудьте обо всех членах Вашей семьи. Если у Вас есть маленький ребенок – храните дополнительное детское питание и памперсы. Если у Вас есть домашние животные – храните 3-х дневный запас еды для них.

* **Комплект первой помощи** – можно его купить или собрать самим. Не забудьте включить в него следующие предметы:

* Стерильные клеющиеся повязки	* Мыло или бактериальная жидкость для рук
* Стерильные марлевые повязки двух размеров	* Резиновые или виниловые перчатки
* Клейкая лента	* Булавки
* Стерильные бинты	* Аспирин или другое болеутоляющее средство
* Ножницы	* Препараты от поноса
* Пинцет	* Слабительные препараты
* Иглы	* Лекарства для желудка
* Термометр	* Сироп для вызывания рвоты (по рекомендации Центра по контролю над ядовитыми веществами)
* Влажные салфетки	* Активированный уголь для прекращения рвоты
* Антисептическая мазь	
* Вазелин или другое вещество для смазки	

* **Игры, книги и другие развлечения** – т.к. возможно Вам придется провести в укрытии несколько дней, держите эти предметы под рукой, чтобы как-то занять ими время. Дети могут скучать, если им придется находиться все время в одном помещении в течение долгого времени. Подумайте о различных видах деятельности, которыми можно заняться вместе с ними – раскрашивание картинок, игры.

Советы о том, что следует делать, прежде, чем войти в укрытие.

Если Вы были вне дома, когда раздалась тревога, постарайтесь снять одежду обувь и положите их в пластиковый пакет, прежде чем войти в дом. Во время экстремальной погоды, например, очень холодной, снимите хотя-бы верхнюю одежду, прежде чем войти в дом, чтобы избежать вноса радиоактивных материалов в Ваше укрытие. Оставьте одежду и обувь снаружи. Вымойте тело в душе с мылом и водой. Сняв одежду, Вы удалите 90% радиоактивного загрязнения. Предприняв этот простой шаг, Вы сократите время контакта с радиацией и снизите риск поражения в результате нее.

Sheltering in Place During a Radiation Emergency Fact Sheet in Russian

Прежде чем войти в укрытие, выключите все вентиляторы, кондиционер и отопительную систему, которая забирает воздух снаружи. Закройте все окна и двери и дымовую заслонку в камине.

Когда Вы переместились в Ваше укрытие, заклейте все двери, окна и вентиляционные решетки упаковочной клейкой лентой и пластиком на короткий период в случае, если радиационный фронт проходит мимо Вашего дома (слушайте радио для получения инструкций). Через несколько часов удалите пластик и клейкую ленту и проветрите комнату. Можно задохнуться, если долго держать укрытие плотно заклеенным с течение нескольких часов.

Держите радио все время настроенным на станцию вещания Чрезвычайного органа. Слушайте официальные сообщения и указания, которые будут часто повторяться. Вас обеспечат информацией о том, когда можно покидать укрытие и нужно ли предпринимать другие чрезвычайные меры.

Нужно ли принимать йодистый калий во время радиационной опасности?

* Йодистый калий нужно принимать только в случае радиоактивной тревоги, когда произошел выброс радиоактивного йода, что может произойти в результате аварии на ядерной установке или взрыва ядерной бомбы. «Грязная» бомба скорее всего не будет содержать радиоактивного йода.

* Человек, организм которого имел контакт с радиоактивным йодом, может позже испытывать проблемы с щитовидной железой. Щитовидная железа поглотит радиоактивный йод и может затем развить рак или другой аномальный рост клеток. Йодистый калий пропитает щитовидную железу йодом, снизив таким образом вредное воздействие радиоактивного йода.

* Йодистый калий защищает только щитовидную железу и не обеспечивает защиты от других радиационных поражений.

* Некоторые люди имеют аллергию на йод и не должны принимать йодистый калий. Обсудите это с Вашим врачом.

* Если йодистый калий рекомендуется принимать после контакта с радиацией, местные органы власти сообщат населению, где его можно получить.

За дополнительной информацией о йодистом калии обращайтесь к следующим сайтам:

* <http://www.bt.cdc.gov/radiation/ki.asp>

* http://www.fda.gov/cder/drugprepare/KI_Q&A.htm

* <http://www.fda.gov/cder/guidance/4825fnl.htm>

Sheltering in Place During a Radiation Emergency Fact Sheet in Russian

Где я могу получить дополнительную информацию об укрытиях и радиационной опасности?

* Обратитесь в местные органы здравоохранения. Проверьте следующие сайты:

<http://www.malph.org/page.cfm/108/Ваш> штат

Список местных органов здравоохранения можно найти:

http://www.michigan.gov/documents/June2003LHDList_69658_7.pdf

* Посетите сайт Управления Качеством Окружающей Среды штата Мичиган:

http://www.michigan.gov/deq/0,1607,7-135-3312_4120_4243---,00.html

* * Посетите сайт Центра по контролю и предотвращению заболеваний:

<http://www.bt.cdc.gov/radiation/index.asp>

* Можно позвонить в Центр по контролю и предотвращению заболеваний:

Английский: 1-888-246-2675

Испанский: 1-888-246-2857

TTY: 1-866-874-2646